

Gambaran Penerapan Terapi Bermain Mewarnai Gambar Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi

Fanilia Sabela^{1*}, Siti Rofiqoh²

^{1,2}Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

*email: fanilia0911@gmail.com

Abstract

Hospitalization is a process that requires children to be hospitalized to receive therapy during the healing process. The children often experience various problem during hospitalization. One of them is anxiety that may be reduced through play therapy. This study aims to describe the implementation of play therapy by coloring pictures in reducing anxiety. This case study involved two preschool-aged children who experienced anxiety due to hospitalization. Anxiety level was measured by using Faces Anxiety Scale (FAS). Two patients were asked to play coloring pictures during hospitalization. Anxiety level was measured before and after the intervention. The results show that before the intervention the anxiety score in first patient was 3 while second patient was 2. After the intervention the anxiety score in both cases was 1. This case study indicate that play therapy can resolve anxiety among children undergoing hospitalization. This study suggests for nurses to implement play therapy by coloring pictures as an alternative way to reduce anxiety levels in preschool children due to hospitalization.

Keywords: Hospitalization; anxiety; preschool; play therapy coloring picture

Abstrak

Hospitalisasi adalah suatu proses yang mengharuskan anak dirawat di rumah sakit untuk mendapat terapi sampai proses penyembuhan. Masalah yang sering dialami oleh anak saat menjalani hospitalisasi adalah kecemasan. Salah satu cara untuk menurunkan kecemasan yaitu melalui terapi bermain. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan terapi bermain mewarnai gambar dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah akibat hospitalisasi. Desain penelitian berupa studi kasus pada 2 anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Alat ukur kecemasan menggunakan Faces Anxiety Scale (FAS). Fokus intervensi berupa penerapan terapi bermain mewarnai gambar. Cara mengevaluasi dengan membandingkan skor kecemasan FAS sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan sebelum intervensi skor kecemasan pada kasus satu yaitu 3 sedangkan pada kasus dua yaitu 2. Setelah intervensi skor kecemasan pada kedua kasus yaitu 1. Hasil studi kasus ini menunjukkan masalah kecemasan pada dua kasus teratasi. Kesimpulan terapi bermain mewarnai gambar terbukti dapat menurunkan kecemasan pada anak hospitalisasi. Saran bagi perawat diharapkan dapat menerapkan terapi bermain mewarnai gambar sebagai salah satu cara alternatif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah akibat hospitalisasi.

Kata kunci: Hospitalisasi; kecemasan; terapi bermain; prasekolah

1. Pendahuluan

Anak prasekolah adalah anak yang berusia 3-6 tahun dan masih mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang ditandai dengan adanya peningkatan perkembangan motorik, kognitif, bahasa, psikososial dan emosi [7]. Anak lebih sering sakit dibandingkan dengan orang dewasa karena kekebalan tubuhnya belum terbentuk

dengan sempurna. Anak yang sakit yang mengharuskan anak untuk hospitalisasi. Hospitalisasi pada anak prasekolah akan mengalami perubahan yang menimbulkan ketakutan, kecemasan pada anak yang dapat menyebabkan perubahan fisiologis dan psikologis pada anak jika anak tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan tersebut[3].

Hospitalisasi pada anak prasekolah akan mengalami perubahan yang menimbulkan ketakutan, kecemasan pada anak yang dapat menyebabkan perubahan fisiologis dan psikologis pada anak jika anak tidak mampu beradaptasi terhadap perubahan tersebut[3]. Berdasarkan data Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak (KPPA) tahun 2018 anak yang menjalani hospitalisasi didapatkan data rata-rata yang menjalani rawat inap diseluruh indonesia adalah 3,21% [5]. Utami (2014) mengatakan hospitalisasi pada anak dapat menyebabkan kecemasan, kecemasan yang dialami seperti menangis.

Penyebab kecemasan dipengaruhi oleh banyak faktor meliputi tenaga kesehatan maupun lingkungan baru, lingkungan rumah sakit dapat menyebabkan stress dan kecemasan pada anak [4]. Tindakan yang dapat dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah yaitu dengan terapi bermain mewarnai gambar. Dengan bermain mewarnai gambar anak akan merasa senang dan dapat mengembangkan kemampuan motorik halus. Terapi bermain mewarnai sangat membantu anak untuk mengatasi kecemasan dan sangat baik untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar[6].

Tujuan penelitian ini adalah untuk menurunkan tingkat kecemasan anak pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi dengan terapi bermain mewarnai gambar. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penerapan terapi bermain mewarnai gambar terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. Dengan harapan dilakukan terapi bermain mewarnai gambar dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah.

2. Metode

Rancangan studi kasus yang dipilih penulis dalam studi kasus ini adalah studi kasus deskriptif. Rancangan studi kasus ini dilakukan untuk menggambarkan penerapan terapi bermain mewarnai gambar pada anak usia prasekolah 3-6 tahun untuk menurunkan kecemasan akibat hospitalisasi. Subyek karya tulis ilmiah adalah dua pasien anak prasekolah yang mengalami kecemasan saat menjalani hospitalisasi. Dengan kriteria inklusi anak usia prasekolah 3-6 tahun, keadaan komposmentis (sadar penuh), tidak ada keterbatasan, mendapatkan persetujuan dari pihak orang tua maupun keluarga, mengalami kecemasan akibat hospitalisasi dan kriteria eksklusi anak diatas usia prasekolah, dalam keadaan gawat/ kesadaran menurun, memiliki keterbatasan fisik, tidak mengalami kecemasan.

Alat ukur untuk mengetahui kecemasan pada anak usia prasekolah pada penelitian ini menggunakan alat ukur FAS (*faces Anxiety Scale*). Skala penilaian nilai terendah 1 dan nilai tertinggi 4. Skor 1 menunjukkan kecemasan ringan, skor 2 menggambarkan kecemasan sedang, skor 3 menggambarkan adanya kecemasan berat, skor 4 menggambarkan kecemasan yang ekstrim/panik.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Kasus 1 (An.A)

Pengkajian dilakukan pada hari Senin tanggal 15 Maret 2021 pukul 09:45 WIB di ruang Sakura RSUD Siaga Medika Pemalang. Dari hasil pengkajian yang dilakukan didapatkan data pasien masuk Rs pada tanggal 14 Maret 2021, pasien berinisial An.A usia 4 tahun, anak pertama, jenis kelamin perempuan, alamat Petarukan Pemalang. Data subjektif didapatkan, ibu pasien mengatakan anaknya belum pernah menjalani rawat inap di rumah sakit, respon pasien dari sakit yang diderita yaitu pasien rewel/mudah menangis. Data objektif didapatkan, pasien tampak rewel/menangis, tampak tegang, takut jika didekati perawat, tidak mau menjawab pertanyaan, S: 36,5 C N: 100x/mnt RR: 20 x/mnt. Pengkajian skala *Faces Anxiety Scale* menunjukkan skor 3 akibat hospitalisasi.

Kasus 2 (An.D)

Pengkajian dilakukan pada hari Senin tanggal 15 Maret 2021 pukul 10:00 WIB di ruang Sakura RSUD Siaga Medika Pemalang. Dari hasil pengkajian yang dilakukan didapatkan data pasien masuk pada tanggal 14 Maret 2021, pasien berinisial An.D usia 5 tahun anak pertama, jenis kelamin perempuan, alamat Ulujami Pemalang. Data subjektif ibu pasien mengatakan anaknya pernah dirawat di rumah sakit, anaknya rewel semenjak dirawat di rumah sakit, dan data objektif yaitu anak menangis saat ditinggal orang tua nya, tampak sedih dan murung. Pengkajian skala *Faces Anxiety Scale* (FAS) didapatkan skor 2 akibat hospitalisasi.

Diagnosa keperawatan pada dua anak usia prsekolah yang muncul adalah kecemasan berhubungan dengan hospitalisasi yang ditandai dengan anak rewel/menangis, ekspresi wajah tampak tegang dan gelisah.

Rencana tindakan keperawatan yang akan disusun untuk kedua pasien yaitu beri terapi bermain mewarnai gambar tujuan terapi ini untuk menurunkan tingkat kecemasan, skor kecemasan turun menjadi 1.

Tindakan keperawatan yang dilakukan pada kedua kasus yaitu memberikan terapi bermain mewarnai gambar. Saat diberikan terapi bermain mewarnai gambar anak kooperatif, menggambar sesuai yang diinginkan, anak senang mewarnai gambar. Skor kecemasan setelah diberikan terapi bermain mewarnai gambar pada kasus satu ada penurunan skor yaitu dari 3 menjadi 1. Pada kasus dua terjadi penurunan skor kecemasan dari 2 menjadi 1.

Pembahasan

Penulis akan memaparkan pembahasan mengenai hasil yang diperoleh selama melakukan asuhan keperawatan pada anak yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi.

1) Pengkajian

Hasil pengkajian pada kedua pasien anak prasekolah sama-sama mengalami tanda dan gejala kecemasan. Pada kasus satu anak usia 4 tahun, anak rewel, anak takut saat didekati perawat, tidak mau menjawab pertanyaan, skor skala *Faces*

Anxiety Scale (FAS) yaitu 3 menggambarkan kecemasan berat. Sedangkan pada kasus dua anak usia 5 tahun, anak rewel semenjak dirawat dirumah sakit, menangis saat ditinggal orangtua, pasien kooperatif, pasien tampak sedih dan murung, skor skala FAS yaitu 2 menggambarkan kecemasan sedang. Saputro dan Fazrin (2017) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan seperti usia, persepsi terhadap sakit, pengalaman terhadap sakit dan perawatan di rumah sakit.

Adapun perbedaan dalam pengkajian yang muncul antara kasus I dan II yaitu pada kasus I anak berusia 4 tahun, anak rewel karena habis operasi dan baru pertama kali dirawat dirumah sakit total skor skala *Faces Anxiety Scale* (FAS) yaitu 3 menggambarkan kecemasan berat, sedangkan pada kasus II anak berusia 5 tahun, sudah kedua kali dirawat dirumah sakit, total skor yaitu 2 menggambarkan kecemasan sedang. Hal ini sesuai pendapat Saputro dan Fazrin (2017) menyatakan bahwa usia, persepsi terhadap sakit, pengalaman terhadap sakit dan perawatan di rumah sakit dapat mempengaruhi kecemasan hospitalisasi.

2) Diagnosa Keperawatan

Bedasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada kedua kasus, didapatkan hasil yang sama yaitu adanya ansietas. Hasil lembar observasi terdapat ansietas maka diagnosa yang muncul sama yaitu ansietas berhubungan dengan hospitalisasi. Menurut Saputro & Fazrin (2017) kecemasan merupakan keadaan yang mengakibatkan ketakutan, kegelisahan, kekhawatiran berlebihan dan ketakutan adanya ancaman yang dirasakan atau nyata. Diagnosa keperawatan ini muncul tanda dan gejala kecemasan seperti gelisah, ketakutan, tampak tegang. Menurut Herdman & Kamitsuru (2018) bahwa diagnosa yang muncul yaitu kecemasan berhubungan dengan Hospitalisasi yang ditandai dengan ketakutan, gelisah, dan ketegangan.

3) Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan dibuat untuk mengatasi masalah ansietas berhubungan dengan hospitalisasi. Tujuan yang diharapkan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x 24 jam masalah ansietas berkurang dengan kriteria hasil ekspresi wajah tenang, skor skala FAS menurun menjadi 1. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi yaitu dengan terapi bermain mewarnai gambar. Mewarnai gambar merupakan permainan yang dapat memberikan kesempatan anak untuk bebas berekspresi, memberikan rasa senang, dapat mengembangkan kemampuan motorik halus, membantu untuk mengatasi kecemasan dan sangat baik untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar [6].

4) Implementasi Keperawatan

Penulis melakukan implementasi yang diberikan pada An.A & An.D yaitu terapi nonfarmakologi dengan terapi bermain mewarnai gambar untuk menurunkan tingkat kecemasan. Pemberian terapi bermain mewarnai gambar dilakukan selama 2 hari pada An.A & An.D. Pada saat diberikan terapi bermain mewarnai gambar hari

pertama respon kasus satu pasien terlihat menunduk, bersemangat dan malu, anak mampu mewarnai gambar sesuai yang diinginkan, tidak rewel, tidak menangis, anak terlihat senang mewarnai gambar. Skor skala FAS menurun menjadi 2 dari pengkajian awal 3. Sedangkan pada kasus dua saat dilakukan terapi bermain mewarnai gambar respon pasien terlihat bersemangat dan malu, bergantung pada orangtua, tidak rewel, tidak menangis, mampu mewarnai gambar sesuai keinginan, tampak senang mewarnai gambar. skor skala FAS 2 dari pengkajian awal 2, karena pada kasus dua pasien kurang nyaman berada di lingkungan rumah sakit dan anak ingin bermain diluar bersama teman-temannya. Hal ini sesuai pendapat Utami (2014) yang menyatakan bahwa lingkungan rumah sakit dapat menyebabkan stress dan kecemasan pada anak.

Hari ketiga saat diberikan terapi bermain mewarnai gambar respon pada kasus satu pasien tampak lebih bersemangat, pasien tidak malu, tidak menangis, tidak rewel. Pasien kooperatif, pasien terlihat senang mewarnai gambar, skor skala FAS menurun menjadi 1. Sedangkan pada kasus dua pasien lebih kooperatif, bersemangat, tidak malu, tidak rewel, tidak menangis, pasien tampak senang mewarnai gambar.

Hal ini sesuai dengan pendapat (Supartini (2004) dalam Aizah, 2014) menyatakan terapi bermain mewarnai gambar dapat meningkatkan komunikasi dan menurunkan tingkat kecemasan melalui gambar yang dihasilkan.

5) Evaluasi Keperawatan

Evaluasi pada kasus satu yaitu pasien dilakukan pengkajian hari pertama kurang kooperatif, rewel dan membutuhkan proses pendekatan yang cukup lama, setelah dilakukan tindakan keperawatan terapi bermain mewarnai gambar selama 2 hari pasien sudah tidak rewel, ekspresi wajah tenang, lebih bersemangat, dan lebih kooperatif, penurunan skor FAS dari 3 menjadi 1. Sedangkan pada kasus dua pasien dilakukan pengkajian hari pertama kooperatif, malu, setelah dilakukan tindakan keperawatan terapi bermain mewarnai gambar selama 2 hari pasien sudah tidak malu, bersemangat dan lebih kooperatif menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan dari 2 menjadi 1.

Bedasarkan hasil evaluasi keperawatan pada kasus 1 dan 2 dapat disimpulkan bahwa terapi bermain mewarnai gambar dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah saat menjalani hospitalisasi, karena terapi bermain mewarnai gambar dapat memberikan rasa senang, mampu meningkatkan kreativitas anak melalui coretan maupun pemilihan warna. Dari terapi itu anak akan merasa bahagia, anak dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitar dan terbentuknya coping positif yang dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah yang menjalani hospitalisasi [1].

4. Kesimpulan

Bedasarkan hasil dari pembahasan dapat menyimpulkan bahwa sebelum dilakukan terapi bermain mewarnai gambar skor kecemasan pada kasus satu yaitu 3 menggambarkan kecemasan berat sedangkan pada kasus dua skor kecemasan 2 menggambarkan kecemasan sedang, setelah dilakukan terapi bermain mewarnai

gambar skor kecemasan pada kedua kasus menurun menjadi satu. Dapat disimpulkan bahwa terapi bermain mewarnai gambar dapat menurunkan tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi. Disarankan bagi penulis apabila ingin meneliti kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi hendaknya mengontrol faktor-faktor penyebab kecemasan dengan variabel yang berbeda dan dengan metode yang lain yang dapat dikembangkan oleh penulis selanjutnya.

Referensi

- [1] S. Aizah, "Upaya menurunkan tingkat stress hospitalisasi dengan aktifitas mewarnai gambar pada anak usia 4-6 tahun diruang anggrek RSUD Gambir Kediri", *J.Kedokteran Universitas Airlangga* 25 (1), 2014.
- [2] T.H., Herdman & S. Kamitsuru, "*Diagnosis Keperawatan Definisi & Klasifikasi 2015-2017*" edisi 10. Jakarta: EGC, 2015.
- [3] H. Saputro., & I. Fazrin, "*Penerapan Terapi Bermain Anak Sakit Proses, Manfaat Dan Pelaksanaannya*", Ponorogo : Forum Ilmiah Kesehatan (FORIKES), 2017.
- [4] Y. Utami, "Dampak hospitalisasi terhadap Anak", *J.Ilmiah WISYA*. vol.2 No.2, pp 9-20, 2014.
- [5] N. Widiyawati., A. Muharyati., & EZ Susilaningsih, "Pengaruh therapy kolase terhadap kecemasan hospitalisasi pada anak prasekolah di RSUD Surakarta", pp 98, 2019.
- [6] F.E. Wowoling, A.Y.Ismanto, A.Babakal, "Pengaruh terapi bermain terhadap tingkat kecemasan pada anak usia prasekolah akibat hospitalisasi di ruangan irina E. blu RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado", *J. Keperawatan* 2 (2), 2014.
- [7] F. Zulaikha., & E. Sureskiarti, "Status perkembangan terhadap perkembangan emosi anak di Kota Samarinda", *J. Dunia Keperawatan*. vol 6, no 1, 2018.